

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA AKTIVIS NGO (NON
GOVERNMENTAL ORGANIZATION)***

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah Satu Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi**

Oleh:

**Abdul Hafidz Ahmad
201110230311355**

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2018

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Abdul Hafidz Ahmad

Nim : 201110230311355

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 21 Juli 2018

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,



Ni'matuzahroh, S. Psi, M. Si.

Anggota I

Sekretaris/Pembimbing II,



Alifah Nabilah Masturah, S.Psi, MA.

Anggota II



M. Salis Yuniardi, S. Psi, M. Psi, Ph.D

Diana Savitri Hidayati, S. Psi, M. Psi

Mengesahkan

Dekan,



Muhammad Salis Yuniardi, M.Psi., Ph.D.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Abdul Hafidz Ahmad
NIM : 201110230311355
Fakultas/Jurusan : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul:

Psychological Well-Being pada Aktivis NGO (*Non-Governmental Organization*)

1. Adalah bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 11 - 10 - 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Siti Maimunah, M.M., MA

Yang menyatakan

Abdul Hafidz Ahmad

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Teriring salam dan do'a, puji syukur atas karunia Allah SWT yang selalu senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua dalam menjalankan tugas kekhalifahan serta penghambaan tiada henti di muka bumi ini sehingga, penulis dapat merampungkan skripsi dengan judul "*Psychological Well Being* pada Aktivis NGO (*Non-Governmental Organization*)" sebagai salah satu syarat demi memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan pada Nabi Muhammad SAW, Sang Revolusioner Sejati, pembebas dari belenggu kegelapan menuju cahaya Islam seperti saat ini.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan dukungan, bimbingan, serta arahan yang sangat bermanfaat dari berbagai pihak. Maka dari itu dengan rendah hati, penulis menyampaikan rasa *ta'dzhim* dan ucapan terima kasih yang mendalam teruntuk:

1. Bapak M. Salis Yuniardi, M.Psi., PhD., Psikolog, selaku Dekan serta "Guru Pertama" di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Ni'matuzzahroh, S.Psi., M.Psi., Ibu Alifah Nabilah Masturah, S.Psi., M.A selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu dan kesabaran untuk memberikan petunjuk dan banyak arahan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Siti Maimunah, S.Psi., M.M., M.A., selaku dosen wali yang telah mendukung, memotivasi, dan mengayomi penulis sejak awal perkuliaan hingga selesainya studi ini.
4. Keluarga tersayang, Abah H. Abdul Rohman, B.A. (Alm), dan Ibu Hj. Nur Faizah, Kyai dan Gus terhormat, Mas dan Neng tercinta, keponakan-keponakan lucu, pintar, dan hebat, yang selalu menyelipkan nama penulis dalam setiap doa-doanya serta curahan kasih tiada tara. Hal inilah yang menjadi penggerak utama penulis untuk terus termotivasi dalam proses akademik dan skripsi ini.
5. Kawan-kawan yang penulis banggakan dan hormati yakni Keluarga Besar HMI Psikologi UMM dan HMI Cabang Malang (YAKUSA!), Lingkar Psikologi As-Syifa, Senat Mahasiswa UMM 2014-2015, UPT P2KK, Kabinet "Penggerak Kemajuan" BEM UMM 2015-2016. Terima kasih sudah rela menampung penulis untuk belajar, berbagi, dan bergerak bersama.
6. Keluarga Besar Komunitas Kalimetro (Intrans Institute, Malang Corruption Watch, Intrans Publishing, Koperasi Rakyat Kalimetro, dan Terakota.id) yang sudah mengkonsolidasikan intelektual, ideologi dan tindakan. Hormat sebesar-besarnya atas kepercayaannya pada penulis untuk terus menimba

ilmu, berproses, dan berkarir. Tak lupa terkhusus Mas Luthfi Jayadi Kurniawan, S.Sos., dan istri, Ibu Ani, S.Psi., yang sudah penulis anggap sebagai orang tua kedua, senior, dan guru di Malang.

7. Bung-bung, Kamerad, dan Zus-zus gerakan, serta komunitas-komunitas rakyat, yang sudah mengkonsolidasikan intelektual, ideologi dan tindakan. *Salute* atas terbukanya ruang-ruang diskusi, konsolidasi, aksi, serta segala bentuk bantuan pemikiran, bantuan, dan kesukarelaannya sebagai subjek penelitian.
8. Semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian ini, yang penulis tidak bisa menyebutkan satu per satu, yang telah banyak memberikan inspirasi serta bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulis menyadari, tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini mampu memberikan manfaat, khususnya bagi peneliti, dan pembaca pada umumnya.

Billahittaufiq Wal Hidayah

Malang, 17 Juli 2018
Penulis

Abdul Hafidz Ahmad



DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan	i
Surat Pernyataan.....	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi.....	v
Daftar Tabel	vi
Daftar Lampiran	vii
Intisari	1
Kata Kunci	1
Pendahuluan.....	2
Landasan Teori	5
Metode Penelitian	7
Hasil Penelitian.....	9
Diskusi	12
Simpulan dan Implikasi	17
Daftar Pustaka	18

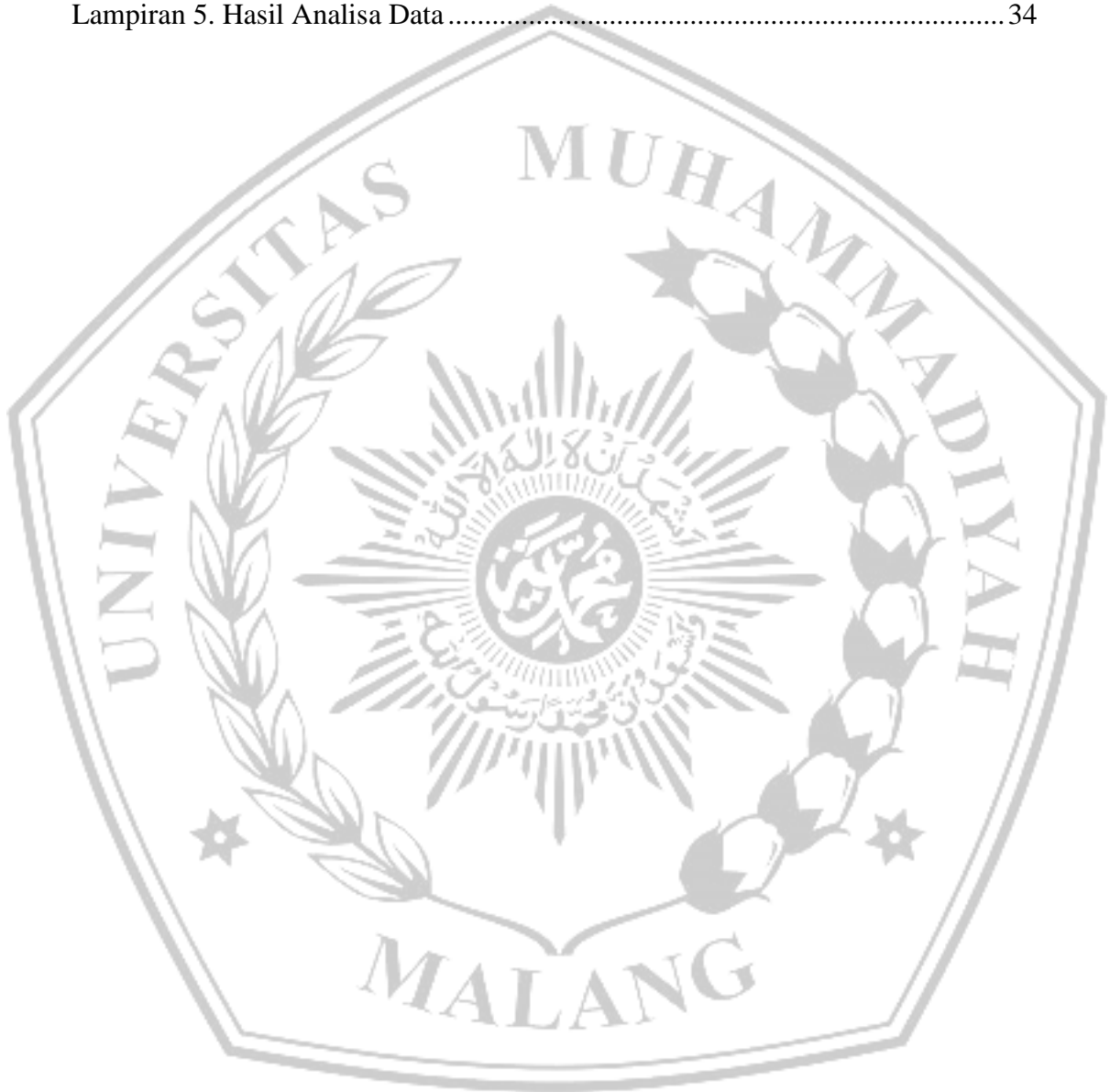
DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil <i>Try Out</i> Indeks Validitas Skala <i>Psychological Well Being</i>	
Tabel 2. Gambaran Umum Responden	
Tabel 3. Gambaran Skor <i>Psychological Well Being</i>	
Tabel 4. Gambaran Skor <i>Psychological Well Being</i> ditinjau dari Tiap Dimensi.....	
Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian <i>Psychological Well Being</i> Ditinjau dari Demografi Responden	



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Blue Print</i> Skala <i>Psychological Well Being</i>	22
Lampiran 2. Instrumen Penelitian <i>Try Out</i>	23
Lampiran 3. Instrumen Penelitian Pasca <i>Try Out</i>	25
Lampiran 3. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Psychological Well Being</i>	26
Lampiran 4. Data Kasar Skala <i>Psychological Well Being</i>	28
Lampiran 5. Hasil Analisa Data	34



Psychological Well-Being pada Aktivis NGO (Non-Governmental Organization)

Abdul Hafidz Ahmad
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
abdulhafidzahmad@gmail.com

Psychological well-being merupakan hal yang sangat diperlukan bagi aktivis *non governmental organization* dikarenakan perannya adalah untuk melayani tugas-tugas kemanusiaan, mengawal kebijakan, mengadvokasi serta memperkuat partisipasi politik masyarakat di tingkat lokal atau nasional. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada aktivis yang tergabung pada NGO (*Non-Governmental Organization*). Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang dilaksanakan di Kota Malang dengan menggunakan teknik sampel *purposive sampling*. Responden berjumlah 160 orang yang keseluruhannya merupakan aktivis-aktivis yang tergabung di lembaga NGO dengan rentang usia 17-60 tahun. Alat ukur yang digunakan adalah *Ryff's Psychological Well-Being Scale*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada aktivis NGO berada pada kategori sedang cenderung tinggi dengan presentase 18,1%. Dimensi *psychological well-being* dengan kategori sedang cenderung tinggi yakni otonomi (25%), pertumbuhan pribadi (23,1%), tujuan hidup (20%). Sedangkan kategori sedang cenderung rendah yakni penerimaan diri (17,5%), dan hubungan positif dengan orang lain (26,3%), dan dimensi yang terendah adalah penguasaan lingkungan (85%).

Kata Kunci: *Psychological Well-Being, Aktivis, Non-Governmental Organization*

Psychological well-being is indispensable for non-governmental organization activists because the role of these activists is to serve humanitarian tasks, guard policies, advocate and strengthen the political participation of communities at the local or national level. This research was conducted to describe the psychological well-being of activist who joined NGO (Non-Governmental Organization). This is a quantitative descriptive research conducted in Malang City by using purposive sampling technique. The respondents are 160 people who are all activists members of NGOs with the age range of 18-60 years old. The measuring instrument used is Ryff's Psychological Well-Being Scale. The results showed that the psychological well-being of NGO activists was in the moderate category tend to be high with percentage of 18.1%. Psychological well-being dimension with moderate category tend to be high are autonomy (25%), personal growth (23,1%), life purpose (20%). While the moderate category tends to be low self-acceptance (17.5%), and positive relationship with others (26.3%), and the lowest dimension is environmental mastery (85%).

Keywords: *Psychological Well-Being, Activists, Non-Governmental Organization*

Di Indonesia, *Non-Governmental Organization* (NGO) dianggap sebagai suatu bentuk organisasi gerakan sosial yang secara umum dikenal dengan istilah “Lembaga Pengembang Swadaya Masyarakat” (LPSM) atau “Lembaga Swadaya Masyarakat” (LSM). Menurut United Nation (Ruhlman, 2015), NGO adalah sebuah organisasi non-profit, kelompok sukarelawan masyarakat yang berada di tingkat lokal, nasional, atau internasional. Berorientasi pada tugas dan dijalankan oleh sekelompok orang yang mempunyai kepentingan yang sama. NGO berperan untuk beberapa layanan dan tugas-tugas kemanusiaan, mengajak masyarakat untuk memperhatikan pemerintah, mengawal kebijakan dan memperkuat partisipasi politik di tingkat komunitas. Mereka memberi analisis dan keahlian untuk mekanisme peringatan dini dan membantu untuk mengawal perjanjian-perjanjian internasional. Beberapa organisasi biasanya dispesifikasikan untuk menangani beberapa isu seperti HAM, lingkungan atau kesehatan.

Aktivitas utama dari kelompok-kelompok tersebut adalah melakukan kajian, riset, dan advokasi mengadvokasi permasalahan-permasalahan yang terjadi di wilayah lokal maupun nasional. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Novia (2017), ditemukan bahwa salah satu kelompok NGO melakukan pendidikan politik yang berupa pendidikan anti korupsi. Aktivitas lainnya adalah turut serta dalam pengawasan kinerja pemerintahan (Ahya, 2012), melakukan pembelaan terhadap permasalahan KDRT (Puspitaningtyas, 2008), termasuk juga aktivitas untuk mewujudkan kesejahteraan masyarakat yang dicapai melalui koperasi warga (medium.com).

Dalam perjalanannya, terdapat banyak masalah yang terjadi. Seperti dilansir dari beberapa berita di media dan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa kordinator, ditemukan masalah eksternal atau internal. Masalah eksternal yang terjadi adalah seperti yang dilansir dari media Kompas (pressreader.com), *Southeast Asia Freedom of Expression Network* (SAFEnet) mencatat bahwa pada tahun 2017, enam aktivis dipidana, pada tahun 2016, 10 orang, dan sepanjang 2013-2015, jumlah aktivis yang dipidana sebanyak 17 orang, dan hampir keseluruhan aktivis tersebut adalah aktivis NGO. Global Witness, lembaga swadaya yang bergerak di bidang anti-eksploitasi alam menjelaskan bahwa setidaknya ada 200 kasus pembunuhan aktivis lingkungan yang terjadi di 24 negara pada 2016 (tirto.id). Di Indonesia, ada juga beberapa aktivis yang tewas terbunuh seperti Salim Kancil pada 2015 (tirto.id), dan Munir Said Thalib pada 2004, yang sampai saat ini masih belum diketahui siapa dalang dari aksi pembunuhan tersebut (kompas.com),

Masalah internal antara lain seperti masih ada banyak anggota yang belum memiliki tujuan hidup yang jelas. Artinya, anggota hanya disibukkan oleh aktivitas di dalam lembaga, tidak memiliki tujuan jangka panjang terhadap hidupnya. Selain itu, beberapa anggota juga belum mampu menguasai “lapangan”. Seperti belum mampu mengatasi masalah-masalah yang terjadi saat berada di komunitas. Di sisi lain, masalah yang dihadapi kelompok ini ialah masih ada beberapa anggota yang tidak memiliki kemandirian tindakan atau pikiran. Seperti di beberapa kegiatan unjuk rasa, ada banyak anggota yang mengikuti tanpa memahami tujuan dari dilaksanakannya kegiatan tersebut. Kondisi lainnya yakni, banyak anggota yang tidak bertahan lama dalam periode kepengurusan lembaga. Ini terjadi karena anggota tersebut tidak memiliki minat dan ketertarikan untuk mempelajari tugas-

tugas lembaga. Bahkan, ada beberapa anggota yang memang tidak memiliki minat dan ketertarikan sama sekali, namun tetap bertahan di lembaga karena mendapatkan kemudahan-kemudahan dan akses untuk menunjang kepentingan pribadi. Seperti tempat tinggal dan akomodasi, proses kelancaran akademik, dan jaringan untuk kepentingan personal.

Selain itu berdasarkan hasil wawancara, aktivis-aktivis ini juga memiliki tanggung jawab lain di tengah aktivitasnya yang padat. Bagi mereka yang sudah berkeluarga, mereka harus bertanggung jawab untuk menafkahi keluarganya. Akan tetapi, dikarenakan lembaga NGO ini merupakan lembaga non-profit dan bersifat kesukarelawanan, para aktivis ini kurang mendapatkan penghasilan yang mencukupi dan harus mencari pendapatan yang bersifat materiil di luar kegiatan NGO. Sedangkan bagi aktivis yang masih tergolong muda, mereka kerap merasa risih dan tidak nyaman jika disebut sebagai *Social Justice Warrior* – Pejuang Keadilan Sosial – oleh lingkungan sosialnya. Istilah *Social Justice Warrior* awalnya berkonotasi positif, namun sekarang, hal ini merupakan peyoratif (menghina dan merendahkan) bagi seseorang yang terlibat di kegiatan-kegiatan aktivisme (Ohlheiser, 2015).

NGO erat kaitannya dengan dunia aktivisme. Dalam beberapa penelitian terkait aktivisme dan *well-being*, ditemukan beberapa temuan antara lain; Klar & Kasser (2009) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa beberapa indikator dari aktivisme berhubungan positif dengan pengukuran *hedonic*, *eudaimonic*, dan *social well-being*. Leak & Leak (2006) juga menemukan bahwa mahasiswa yang tertarik dengan isu-isu sosial juga berkorelasi positif dengan kepuasan hidup mereka, *self-esteem*, *self-actualization*, vitalitas, dan pengalaman perasaan positif, dan juga berkorelasi negatif dengan *psychological distress*, perasaan akan alienasi, dan pengalaman perasaan negatif.

Selain dengan aktivisme, NGO juga erat kaitannya dengan *volunteerism* (sikap kesukarelawanan). Penelitian terkait *volunteerism* dengan *well-being* juga menunjukkan korelasi positif. Seperti penelitian Windsor, Anstey, & Rodger (2008), menemukan bahwa *psychological well-being* pada kelompok *volunteer* lebih tinggi daripada kelompok non *volunteer*. Gilster (2012) dalam penelitiannya tentang hubungan sikap *volunteerism* dan partisipasi aktivisme dengan *psychological well-being* menunjukkan bahwa partisipasi aktivisme sangat bermanfaat dengan *psychological well-being*, membangun ikatan sosial, dan lebih kuat daripada yang bersikap kesukarelawanan (*volunteering*). Penelitian lain dari Vecina & Fernando (2013) menunjukkan bahwa motivasi prososial pada 251 relawan yang berdasarkan kesenangan dan tidak tekanan, berhubungan dengan dimensi umum *well-being* (dengan pengukuran *hedonic* dan *eudaimonic*). Montague & Eiroa-Orosa (2017) juga menemukan bahwa ada beberapa keuntungan terutama *well-being* bagi kelompok pemuda untuk menjadi aktivis.

Plan to Thrive (2014), sebuah lembaga riset yang mengkaji tentang hubungan aktivisme dengan kesehatan dan *well-being* pada 195 partisipan menunjukkan hasil riset yang membuktikan bahwa aktivisme berdampak positif pada kesehatan dan *well-being*. Dampak-dampak positif tersebut yakni *sense of purpose*, mendapat dukungan dari jaringan, komunitas, dan persahabatan, resiliensi, dan pola hidup

sehari-hari yang sehat. Sedangkan dampak buruknya yakni merasa stress, kelelahan, trauma, sedikit waktu untuk memelihara diri sendiri, keluarga, dan kehidupannya, konflik internal, dan beberapa kebiasaan buruk seperti merokok dan begadang, dan *inadequasi* (kurang sejahtera dalam wilayah materiil dikarenakan banyak bertanggung jawab dalam perubahan sosial).

Well-being adalah sejenis nilai, kadang disebut sebagai nilai kebijaksanaan, dan berbeda dengan nilai estetika atau moral. Seringnya digunakan untuk menjelaskan terkait tujuan akhir kebaikan yang ingin dicapai manusia (Crisp, 2017). Dalam kajian psikologi, *well-being* dibedakan menjadi *hedonic* dan *eudaimonic* (Ryan & Deci, 2001). *Hedonic* mengacu pada anggapan bahwa tujuan hidup yang utama adalah untuk mendapatkan kenikmatan secara maksimal, dan ini bersifat subjektif serta hanya berfokus pada cara untuk bahagia dan mengalami kenikmatan. Sedangkan *eudaimonic* mengacu pada anggapan bahwa tujuan hidup manusia adalah untuk mengali potensi dirinya secara maksimal dengan melakukan aktivitas yang paling sesuai dengan nilai yang dianut, ia dilakukan dengan menyeluruh, dan benar-benar terlibat di dalamnya. *Eudaimonic* berfokus pada ekspresi diri, pencapaian potensi maksimal, dan realisasi tujuan hidup. Jika *hedonic* menciptakan *well-being* lebih cepat namun hanya temporer, sementara *eudaimonic* menciptakan *well-being* yang lebih konsisten dan bertahan lama (Steger, Kashdan, dan Oishi, 2008). Dalam perkembangannya, *hedonic well-being* banyak disebut dengan *subjective well-being*, sedangkan *eudaimonic well-being* disebut dengan *psychological well-being* (Hefferon & Boniwell, 2011).

Psychological well-being didefinisikan sebagai suatu evaluasi positif mengenai kehidupan seseorang yang diasosiasikan dengan diperolehnya perasaan menyenangkan (Ryff & Keyes, 1995). Evaluasi positif ini meliputi kemampuan individu dalam menerima diri apa adanya (*self acceptance*), membina hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), mampu merumuskan tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan diri (*personal growth*).

Dimensi otonomi diartikan sebagai individu yang memiliki determinasi diri dan bebas, mampu mengatasi tekanan sosial dengan tetap berpikir dan bertindak sesuai dengan keyakinan, mengatur perilaku dari dalam, serta mengevaluasi diri berdasarkan standar pribadi. Hal ini tidak sejalan dengan hasil wawancara sebelumnya yang mana anggota tidak memiliki kemandirian tindakan dan pikiran. Dimensi pertumbuhan diri mengacu pada individu yang merasakan perkembangan yang berkelanjutan, melihat dirinya tumbuh dan berkembang, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi dalam dirinya serta melihat peningkatan dalam diri dan perilakunya. Hal ini juga tidak sejalan dengan wawancara yang menunjukkan bahwa banyak anggota yang tidak bertahan lama karena tidak memiliki minat dan ketertarikan untuk mempelajari tugas-tugas lembaga. Sedangkan, Suryani (2012) menyebutkan bahwa ada hubungan *well-being* dan komitmen organisasi dengan mengendalikan masa kerja.

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana *psychological well-being* aktivis NGO? Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *psychological well-being* dari aktivis NGO. Manfaat

penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangsih pemikiran, wacana dan informasi di bidang Psikologi Sosial dan keilmuan sosial lainnya. Hasil penelitian ini semoga dapat dijadikan acuan untuk pengembangan keberlanjutan dunia aktivisme khususnya NGO di lokal atau nasional.

TINJAUAN PUSTAKA

Psychological Well-Being

Dijelaskan oleh Aristoteles bahwa *psychological well-being* adalah suatu konsep kesejahteraan dimana manusia tersebut menjalani hidupnya sesuai dengan keadaan dirinya (Ryan & Deci, 2001). *Psychological well-being* juga diartikan sebagai suatu kepuasan hidup seseorang (Santrock, 2002). *Psychological well-being* didefinisikan oleh Ryff (1995) sebagai sebuah kebahagiaan serta tujuan tertinggi yang hendak dicapai oleh manusia.

Ryff (1995) mengartikan *psychological well-being* sebagai sebuah kondisi saat seseorang mampu memiliki sikap yang positif, tidak hanya pada dirinya, namun juga pada orang lain. Ia mampu membuat keputusan, sanggup mengondisikan lingkungannya agar berjalan sesuai dengan kebutuhannya, memiliki hidup yang lebih bermakna karena memiliki tujuan hidup, serta ia berusaha mengembangkan dirinya. Waterman (dalam Ryff & Keyes, 1995) juga mengungkapkan, kebahagiaan dapat dicapai bila seseorang meraihnya dengan sungguh-sungguh. Ia memerlukan usaha dan kedisiplinan yang harus diperjuangkan di awal jika ingin mewujudkan tujuan hidupnya meskipun mungkin bertentangan dengan kebahagiaan jangka pendek.

Adapun gambaran seseorang yang memiliki karakteristik *psychological well-being* merujuk pada teori atau pandangan beberapa tokoh psikologi, di antaranya konsep atau teori Maslow yang menitik beratkan pada aktualisasi diri, pandangan Rogers tentang keberfungsian penuh individu, Jung dengan individuasi, Allport terkait kematangan atau *maturity*, dan terakhir, individu yang mencapai suatu integrasi diri dalam hidup seperti yang digambarkan oleh Erikson (Lopez & Snyder, 2006). Terdapat enam dimensi yang membangun *psychological well-being* menurut Ryff, di antaranya adalah penerimaan diri (*self-acceptance*), yaitu penerimaan diri terhadap kelebihan dan kekurangan seseorang, serta peran positif tentang kehidupan masa lalunya. Kedua adalah hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), meliputi hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Ketiga adalah penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), mampu dan berkompetensi dalam mengatur lingkungan serta mampu menyusun kontrol terhadap aktivitas eksternal atau membentuk lingkungan yang sesuai dengan keadaan dirinya. Keempat adalah kemandirian (*autonomy*), kemampuan dalam membuat keputusan bagi dirinya sendiri berdasarkan standar pribadi dan tidak bergantung pada orang lain, mandiri dan mampu melawan tekanan sosial atau tekanan eksternal. Kelima adalah pertumbuhan pribadi (*personal growth*), yaitu perasaan mampu dalam melalui tahap perkembangan hidup, terbuka pada pengalaman baru yang didapat dari peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya yang bersifat positif ataupun negatif,

menyadari potensi diri, dan melakukan perbaikan dalam hidup. Dimensi keenam atau dimensi terakhir adalah tujuan hidup (*purpose in life*), dimana individu berfungsi secara penuh yang mencakup memiliki tujuan, misi, untuk menjadikan hidupnya bermakna atau kepercayaan yang memberikan individu perasaan bahwa hidup memiliki tujuan dan makna. (Ryff, 1989).

Faktor demografis, seperti usia, jenis kelamin, dan status sosial ekonomi diketahui dapat mempengaruhi *psychological well-being* (Ryff & Keyes, 2002). Selain itu, kesejahteraan psikologis seseorang juga dapat dipengaruhi oleh kematangan usia, mereka yang masih berada pada umur dewasa awal cenderung berubah-ubah kondisi kognitif dan afektifnya, berbeda dengan mereka yang sudah memasuki dewasa madya. Status sosial ekonomi lain seperti rumah tangga, bekerja atau tidak, pendidikan juga bisa menjadi penentu *psychological well-being* seseorang.

Aktivis NGO (*Non Governmental Organization*)

Aktivisme harus didefinisikan secara lebih hati-hati dikarenakan dalam beberapa literatur, aktivisme sering digunakan dalam konteks penelitian tentang volunteerisme (Montague & Eiroa-Orosa, 2017). Padahal keduanya adalah hal yang berbeda. Beberapa terma yang merujuk pada pemberdayaan masyarakat seperti aktivisme, *participatory citizenship*, keterlibatan politik dan aksi kolektif adalah lebih didasari pada hal yang bersifat ideologis. Sedangkan volunteerisme, pelayanan masyarakat (*community service*), dan keterlibatan sipil atau sosial, adalah lebih bersifat netral (Eiroa-Orosa dalam Montague & Eiroa-Orosa, 2017).

Terjadi banyak perdebatan soal merujuk pada definisi aktivisme. Seperti ditunjukkan oleh Thoits & Hewitt (2001) yang mengatakan bahwa aktivisme sama halnya definisinya dengan volunteerisme. Wilson (2000) juga menunjukkan bahwa keduanya secara esensial adalah sama. Namun dalam penelitian-penelitian yang berhubungan dengan *volunteerism* dan aktivisme menunjukkan hasil bahwa aktivisme memiliki *psychological well-being* lebih tinggi dari pada hanya sekedar *volunteerism* (Klar & Kasser, 2009; Gilster, 2012; Montague & Eiroa-Orosa, 2017).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan definisi yang diungkapkan oleh Corning & Myers dalam Klar & Kasser (2009), bahwa aktivisme adalah perilaku yang mendampingi, mengawal, atau mengadvokasi beberapa isu politik (seperti melindungi kelestarian alam dari perilaku eksploitatif, isu HAM, menentang aborsi, atau mencegah perang) dengan menggunakan beberapa upaya pengorganisasian yang memungkinkan, seperti contoh sikap institusi/lembaga yang memulai petisi, atau beberapa aksi-aksi yang tidak biasa seperti pembangkangan sipil (*civil disobedience*). Hal ini senada dengan definisi NGO yang diungkapkan oleh PBB yakni NGO berperan untuk beberapa layanan dan tugas-tugas kemanusiaan, mengajak masyarakat untuk memperhatikan pemerintah, mengawal kebijakan dan memperkuat partisipasi politik di tingkat komunitas. Mereka memberi analisis dan keahlian untuk mekanisme peringatan dini dan membantu untuk mengawal perjanjian-perjanjian internasional. Beberapa organisasi biasanya dispesifikasikan untuk menangani beberapa isu seperti HAM, lingkungan atau kesehatan.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, yaitu penelitian yang dianalisis dengan menggunakan angka dalam bentuk prosentase (Poerwanti, 1998). Tujuan dari penelitian deskriptif adalah untuk menggambarkan secara sistemik dan akurat tentang fakta dan karakteristik terkait populasi atau bidang tertentu. Data yang dikumpulkan semata-mata deskriptif, sehingga tidak bermaksud untuk mencari menguji hipotesis, penjelasan, menguji hipotesis, membuat prediksi maupun implikasi (Azwar, 2012).

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 160 aktivis NGO yang berada di Kota Malang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Ini adalah salah satu teknik *non random sampling*, dimana peneliti menentukan pengambilan sampel dengan menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian (Martono, 2010). Ciri-ciri khusus atau kriteria yang dimaksud dalam penelitian ini adalah aktivis NGO yang merupakan pengurus utama, departemen, dan anggota yang sudah terlibat dalam aktivitas NGO minimal satu tahun. Pemilihan ini didasarkan untuk mengetahui sejauh mana aktivitas lembaga mempengaruhi kehidupannya.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah *psychological well-being* sebagai variabel tunggal. Dimana *psychological well-being* aktivis NGO adalah suatu situasi dimana aktivis NGO dapat memiliki sikap yang positif pada dirinya dan sekitarnya, dapat membuat keputusan untuk dirinya sendiri, membuat lingkungannya dapat berjalan sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup sehingga hidup menjadi lebih bermakna, dan juga berusaha mengembangkan dirinya.

Metode pengumpulan data yang digunakan berjenis skala Likert. Skala yang digunakan adalah skala *psychological well-being* yang telah diadaptasi oleh Andayani (Iskandar, 2016) sesuai dengan skala yang disusun oleh Ryff (1989) yakni *Ryff's Psychological Well-Being Scale* dengan jumlah item 42 item yang disusun berdasarkan 6 dimensi psikologis yakni *self acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *puspose in life*, dan *personal growth*. Item pada skala ini berupa pernyataan positif dan negatif yang menggambarkan tentang diri sendiri seseorang dengan menggunakan rentan angka 1 (sangat tidak setuju) hingga 4 (sangat setuju).

Peneliti melakukan *tryout* kepada 50 subjek untuk mengukur validitas dan reliabilitas. Hasil *tryout* bisa dilihat di tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Indeks Validitas Skala *Psychological Well-Being*

Skala	Indeks Validitas	Indeks Reliabilitas (dalam Alpha)
<i>Psychological Well-Being Scale</i>	0,318 – 0,710	0,922

Dari 42 item yang dianalisis, terdapat 6 item yang tidak valid, jadi total untuk item *Psychological Well-Being Scale* sebanyak 29 item. Sedangkan untuk reliabilitasnya adalah 0,922, yang berarti skala ini reliabel.

Prosedur dan Analisa Data

Penelitian ini memiliki tiga tahapan. Yakni tahap persiapan, pelaksanaan, dan analisis data. Tahap persiapan terdiri dari identifikasi masalah, melakukan pengkajian teoritis, menjabarkan definisi operasional, dan menentukan subjek penelitian. Tahap pelaksanaan yakni mempersiapkan instrumen penelitian berupa skala *Ryff's Psychological Well-Being* yang telah dimodifikasi kemudian peneliti melakukan *tryout* kepada 50 subjek. *Tryout* dilaksanakan pada 5 – 24 April 2018. Instrumen yang telah diperoleh dari *tryout* digunakan untuk melakukan penelitian. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16 Mei – 9 Juni 2018. Kemudian dilakukan analisa data. Tahap analisis data yakni melakukan pengolahan data statistik yang didapatkan. Kemudian peneliti melakukan pengkajian dan diskusi mengenai data-data yang telah diolah. Di tahap akhir, peneliti memberikan kesimpulan dan implikasi dari penelitian yang telah dilakukan.

Dalam menganalisa data, peneliti menggunakan *software SPSS for Windows ver. 25*. Data dianalisis menggunakan analisa deskriptif dan *T-Score* untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* subjek secara umum dan analisis faktor. Yaitu dimana proses analisis yang dilakukan bertujuan untuk menemukan hubungan (*interrelationship*) antara sejumlah variabel-variabel yang saling independen satu dengan yang lain, sehingga apat meringkas jumlah variabelnya (Santoso, 2014). Analisis tersebut juga dimaksudkan agar peneliti dapat dengan mudah mencari dimensi *psychological well-being* paling dominan terhadap subjek penelitian.

HASIL PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini adalah aktivis yang tergabung di NGO dengan rentang usia 18-60 tahun, dan tergabung dengan lembaga terkait minimal selama 1 tahun. Total subjek dalam penelitian ini adalah 160 subjek. Berikut ini adalah gambaran umum responden jika dilihat dari usia, jenis kelamin, jabatan, lama menjabat, tingkat pendidikan, dan status pernikahan.

Tabel 2. Gambaran Umum Responden

	Klasifikasi	Frekuensi	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	99	61,9%
	Perempuan	61	38,1%
Usia	Remaja	65	40,6%
	Dewasa Awal	92	57,5%
	Dewasa Madya	3	1,9%
Jabatan	Pengurus Inti	101	63,1%
	Departemen	18	11,3%
	Anggota	41	25,6%
Pendidikan	Pasca Sarjana	11	6,9%
	Sarjana	121	75,6%
	Sekolah Atas	28	17,5%
Status Pernikahan	Menikah	13	8,1%
	Belum Menikah	147	91,9%
Status Pekerjaan	Bekerja	67	41,9%
	Belum Bekerja	93	58,1%
Total		160	100%

Berdasarkan tabel 2, gambaran umum responden berdasarkan usia pada penelitian ini dibagi menjadi 3 kelompok rentang usia, yakni remaja (15-21 tahun), dewasa awal (21-40 tahun), dan dewasa madya (40-60 tahun). Sedangkan gambaran umum responden berdasarkan jabatan dibagi menjadi 3 kelompok, yakni pengurus inti (*top-level management*), departemen (*middle-level management*), dan anggota (*lower-level management*). Untuk pendidikan dibedakan menjadi pasca sarjana, sarjana, dan sekolah atas. Status pernikahan dibedakan menikah dan belum menikah. Sedangkan untuk status pekerjaan dibedakan bekerja dan belum bekerja.

Sedangkan untuk gambaran skor total *psychological well-being* dari 160 responden adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Gambaran Skor *Psychological Well-Being*

Kategori	Rentangan Skor	F	%
Tinggi	$X > 57,51$	29	18,1%
Sedang	$46,35 \leq X \leq 57,5$	105	65,6%

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa skor *psychological well-being* adalah 65,6% responden dengan kategori sedang, 18,1% responden dengan kategori tinggi, dan 16,3% responden dengan kategori rendah. Hal ini berarti bahwa *psychological well-being* aktivis NGO berada pada kategori sedang cenderung tinggi. Selanjutnya, untuk menganalisis data secara lebih spesifik, peneliti melakukan analisis dengan melihat gambaran *psychological well-being* jika ditinjau dari tiap dimensi. Hal ini dilakukan untuk melihat lebih jauh tentang gambaran kondisi subjek di tiap dimensi *psychological well-being*.

Tabel 4. Gambaran Skor *Psychological Well-Being* Ditinjau dari Tiap Dimensi

Kategori		<i>Psychological Well-Being</i>		
		Tinggi	Sedang	Rendah
Otonomi	Frekuensi	40	105	15
	%	25%	65,6%	9,4%
Pertumbuhan Pribadi	Frekuensi	37	89	34
	%	23,1%	55,6%	21,3%
Penguasaan Lingkungan	Frekuensi	24	0	136
	%	15%	0	85%
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Frekuensi	18	100	42
	%	11,3%	62,5%	26,3%
Tujuan Hidup	Frekuensi	32	106	22
	%	20%	66,3%	13,8%
Penerimaan Diri	Frekuensi	22	110	28
	%	13,8%	68,8%	17,5%

Dari enam dimensi *psychological well-being*, diketahui bahwa dimensi penguasaan lingkungan cenderung rendah dengan presentase 85%. Sedangkan dimensi lainnya berada pada kategori sedang. Namun, untuk dimensi otonomi (25%), pertumbuhan pribadi (23,1), dan tujuan hidup (20%) cenderung tinggi. Pada dimensi penerimaan diri (17,5%) dan hubungan positif dengan orang lain (26,3%) cenderung rendah.

Selanjutnya, untuk mengetahui bagaimana gambaran *psychological well-being* pada responden, peneliti melakukan analisis tambahan dengan melihat gambaran umum *psychological well-being* responden jika ditinjau dari aspek demografis. Terdapat enam kategori untuk mengetahui gambaran *psychological well-being*, yakni jenis kelamin, usia, jabatan, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan status pekerjaan. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan uji *Crosstabs*, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian *Psychological Well-Being* Ditinjau dari Demografi Responden

Klasifikasi	<i>Psychological Well-Being</i>					
	Tinggi	%	Sedang	%	Rendah	%
Jenis Kelamin						
Laki-laki	21	21,2%	61	61,6%	17	17,2%
Perempuan	8	18,1%	44	72,1%	9	16,3%
Usia						
Remaja	10	15,4%	42	64,6%	13	20%
Dewasa Awal	17	18,5%	62	67,4%	13	14,1%
Dewasa Madya	2	66,7%	1	33,3%	0	0%
Jabatan						
Pengurus Inti	17	16,8%	65	64,4%	19	18,8%
Departemen	4	22,2%	11	61,1%	3	16,7%
Anggota	8	19,5%	29	70,7%	4	9,8%
Pendidikan						
Pasca Sarjana	4	36,4%	7	63,6%	0	0%
Sarjana	20	16,5%	78	64,5%	23	19%
Sekolah Atas	5	17,9%	20	71,4%	3	10,7%
Status Pernikahan						
Menikah	6	46,2%	6	46,2%	1	7,7%
Belum Menikah	23	15,6%	99	67,3%	25	17%
Status Pekerjaan						
Bekerja	15	22,4%	48	71,6%	4	6%
Belum Bekerja	14	15,1%	57	61,3%	22	23,7%
Total	160	100%	160	100%	160	100%

Pada tabel 6 menunjukkan jumlah untuk masing-masing kategori variabel *psychological well-being*. Untuk kategori jenis kelamin, ditemukan bahwa *psychological well-being* laki-laki dan perempuan berada di tingkat sedang cenderung tinggi yakni 21,2% dan 18,1%. Sedangkan bila dilihat berdasarkan usia, ditemukan bahwa tingkat *psychological well-being* remaja (15-21 tahun) berada pada kategori sedang cenderung rendah dengan presentase 20%, dewasa awal (21-40 tahun) berada pada sedang cenderung tinggi dengan presentase 18,5%, dan dewasa madya (40-60 tahun) pada kategori tinggi dengan 66,7%. Pada demografi jabatan, pengurus inti (*middle-level management*) berada pada kategori sedang cenderung rendah dengan presentase 18,8%. Sedangkan jabatan departemen dan anggota (*middle & lower management*) berada kategori sedang cenderung tinggi dengan presentase masing-masing 22,2% dan 19,5%. Pada demografi pendidikan, responden yang berpendidikan sarjana berada pada kategori sedang cenderung rendah dengan presentase 19%, dan responden yang berpendidikan pasca sarjana dan sekolah atas, berada pada kategori sedang cenderung tinggi dengan masing-masing presentase 36,4% dan 17,9%. Pada demografi status pernikahan, responden yang menikah memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dengan presentase 46,2%, dan yang belum menikah berada pada kategori sedang cenderung

rendah dengan presentase 17%. Pada demografi terakhir yakni status pernikahan, *psychological well-being* pada responden yang sudah menikah tergolong sedang cenderung tinggi dengan presentase 22,4%, dan responden yang belum bekerja tergolong sedang cenderung rendah dengan presentase 23,7%.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada aktivis *non governmental organization* (NGO). Dimana *psychological well-being* merupakan kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menghadapi lingkungan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, mampu menetapkan tujuan hidupnya, dan merealisasikan potensi dirinya secara kontinu. Kemampuan tersebut dapat diupayakan dengan cara memfokuskan pada realisasi diri, pernyataan diri, dan pengaktualisasian potensi dirinya sehingga dapat berfungsi positif secara penuh dan meraih kebahagiaan (Ryff dalam Prabowo, 2017). *Psychological well-being* ini menjadi penting bagi aktivis dikarenakan aktivitasnya sangat berhubungan dengan masyarakat banyak terutama yang berada di akar rumput (*grassroot*) dan tidak memiliki jadwal kerja seperti pekerjaan atau karir lainnya. Aktivis *non governmental organization* (NGO) ini bekerja mengadvokasi publik, yang lokasi garapannya terutama di wilayah dimana pemerintah dan swasta enggan atau tidak mampu untuk menggarapnya (rawan konflik), seperti misalnya isu lingkungan hidup, perjuangan HAM, pengarus-utamaan gender, pemantauan penyimpangan pemilu, pencegahan korupsi, pengembangan komunitas masyarakat pedalaman, pemberdayaan masyarakat miskin perkotaan, dan lain-lain (Saman, 2010). Bahkan dalam definisinya, Klar & Kasser (2009) mendefinisikan aktivis ialah orang yang mendampingi, mengawal, atau mengadvokasi beberapa isu politik dengan menggunakan beberapa upaya yang memungkinkan, bahkan aksi-aksi yang tidak biasa seperti mengajak sekelompok orang untuk melakukan aksi yang merujuk pada ketidakpatuhan sipil.

Berdasarkan hasil temuan dari penelitian ini, dapat diketahui bahwa gambaran skor *psychological well-being* aktivis NGO berada pada kategori sedang dengan kecenderungan tinggi. Ini berarti bahwa aktivis NGO mampu dalam mengoptimalkan kemampuan psikologisnya, dapat menerima kekurangannya, serta mampu mengevaluasi atau menilai pengalaman hidupnya ke arah yang positif. Aktivis NGO juga memiliki sikap yang positif pada dirinya dan sekitarnya, ia mampu membuat keputusan untuk dirinya sendiri, membuat lingkungannya dapat berjalan sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna, dan ia juga berusaha mengembangkan dirinya. Hal ini sesuai dengan temuan dari Klar & Kasser (2009); Leak & Leak (2006); Windsor, Anstey, dan Rodger (2008); Gilster (2012); Vecina & Fernando (2013); Montague & Eiroa-Orosa (2017); dan *Plan to Thrive* (2014) bahwa aktivisme berhubungan erat dengan *psychological well-being*. Bila ditinjau dari dimensi, terdapat enam dimensi yang membangun *psychological well-being*, yakni otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan yakni dimensi

psychological well-being yang tinggi yakni dimensi otonomi, disusul dengan tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan hubungan positif dengan orang lain. Sedangkan yang rendah ialah penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa dimensi otonomi aktivis NGO berada pada kategori sedang cenderung tinggi. Hal ini berarti bahwa aktivis NGO memiliki kemampuan yang bagus dalam membuat keputusan bagi dirinya sendiri berdasarkan standar pribadi dan tidak bergantung pada orang lain, mandiri, dan mampu melawan tekanan sosial atau tekanan eksternal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Klar & Kasser (2009) yang menunjukkan bahwa dimensi otonomi, kompetensi, dan hubungan positif dengan orang lain berkorelasi sangat signifikan dengan aktivitas aktivisme. Selain itu, otonomi dalam konteks aktivis berarti otonomi dalam hal politik (*political autonomy*), dimana hal ini diartikan sebagai kemampuan aktivis dalam merawat dan menjaga gerakan atau aktivitasnya dengan jangka panjang tanpa ada intervensi/bantuan dari negara (Atwal, 2009). Secara definisi, NGO atau jika di Indonesia dikenal dengan LSM (Lembaga Swadaya Masyarakat) adalah lembaga swasta yang terlepas dari negara yang memiliki dua ciri utama, yakni non-komersialisme (nirlaba/nonprofit) dan populisme, dimana NGO mempunyai keberpihakan pada masyarakat sipil dengan tujuan untuk mencapai kesejahteraan (Fakih, 2008). Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Assa'di & Husain, *et al* (2009), otonomi seorang aktivis merujuk pada independensi (independensi finansial). Independensi finansial berkorelasi dengan independensi LSM dalam melakukan aksi-aksinya serta dalam menjaga komitmen ideologinya.

Dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa dimensi tujuan hidup menunjukkan hasil sedang dengan kecenderungan tinggi. Ini berarti, secara individu, aktivis NGO memiliki tujuan dan misi untuk menjadikan hidupnya bermakna, atau ia percaya bahwa hidupnya memiliki tujuan dan makna. Sedangkan pada dimensi pertumbuhan pribadi, hasil penelitian juga menunjukkan hasil tinggi. Artinya, aktivis NGO terbuka pada pengalaman baru yang didapat dari peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya yang bersifat positif maupun negatif, menyadari potensi diri, dan melakukan perbaikan dalam hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian Klar & Kasser (2009) yang menunjukkan bahwa seseorang yang mengidentifikasi dirinya sebagai aktivis, yakni mereka yang berkomitmen pada peran-peran aktivis, berminat dan mengajak orang lain untuk melakukan aktivitas-aktivitas aktivis memiliki *eudaimonic well-being* (pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan vitalitas) yang tinggi. Selain itu, dimensi ini juga berkaitan erat dengan pemaknaan dalam hidup.

Selanjutnya, penelitian ini menunjukkan hasil bahwa dimensi *psychological well-being* pada penguasaan lingkungan aktivis NGO rendah, sedangkan dimensi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain berada pada kategori sedang cenderung rendah. Hal ini berarti bahwa aktivis kurang mampu menerima aspek positif dan negatif dari dirinya sendiri serta kurang berperan positif dengan kehidupan masa lalunya, serta kurang berkompetensi dalam mengatur lingkungan, menyusun kontrol pada aktivitas eksternal dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan keadaan dirinya. Aktivis NGO juga kurang mampu dalam mengatur lingkungan dan lemah dalam menyusun kontrol terhadap aktivitas eksternal atau

membentuk lingkungan yang sesuai dengan keadaan dirinya. Hal ini tidak sejalan dengan temuan oleh Gilster (2012) yang mengungkapkan bahwa partisipasi pada aktivisme lingkungan sangat berkorelasi dengan *well-being* terutama pada penguasaan dan kontrol lingkungan (*mastery/personal sense of control*). Namun dalam temuan lebih lanjut, aktivisme yang berkorelasi dengan ikatan sosial adalah sebuah kontradiksi. Dikatakan oleh Gilster (2012), bahwa siapa yang berpartisipasi dengan dunia aktivisme bisa saja lebih berperilaku antagonistik (bahkan bisa menyebabkan masalah dengan hubungan sosial), atau bisa saja aktivisme malah terasing oleh masyarakat dikarenakan ada perbedaan pendapat dan konfrontasi tentang isu-isu tertentu. Hal ini juga didukung oleh penelitian oleh Fuad (dalam Haldun 2018) yang menemukan bahwa lembaga aktivis pergerakan pasca reformasi memiliki citra buruk dikarenakan kurang bisa membaur dan melebur dengan lingkungan, memiliki kepribadian yang kurang baik dikarenakan berkarakter berani dalam menyampaikan pendapat dan cenderung konfrontatif, kurang loyal dengan kepentingan masyarakat disebabkan kecenderungannya mengutamakan kepentingan kelompok sendiri, kurang inovatif, dan kurang transparan dalam mengelola pendanaan.

Bila ditinjau dari aspek demografi, terlihat dari beberapa data demografi responden yang dicantumkan dalam penelitian ini seperti jenis kelamin, usia, jabatan, pendidikan, status pernikahan, dan status pekerjaan menunjukkan bahwa kategori sedang cenderung tinggi lebih banyak dibanding dengan yang rendah. Pada kategori jenis kelamin, dapat diketahui bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki *psychological well-being* lebih tinggi daripada perempuan. Memang Ryff (1995) mengatakan bahwa perempuan memiliki kemampuan yang lebih tinggi dalam membina hubungan yang lebih positif dengan orang lain serta memiliki pertumbuhan pribadi yang lebih baik daripada laki-laki. Termasuk dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa pada kategori status pernikahan, ditemukan bahwa responden yang sudah menikah memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dari pada responden yang belum menikah. Berbagai hasil temuan sebelumnya memang menunjukkan hasil yang berbeda-beda tentang peran status jenis kelamin dan status pernikahan terhadap *psychological well-being*. Namun penelitian dari Nanik, *et al* (2016), menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis yang tinggi tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin dan status pernikahan. Baik pria maupun wanita yang menikah atau yang belum menikah dapat memiliki *psychological well-being* yang tergolong tinggi.

Adapun pada kategori usia, penelitian ini menunjukkan yakni ada perbedaan *psychological well-being* antara usia remaja, dewasa awal, dan dewasa madya. Pada remaja ditemukan bahwa *psychological well-being* tergolong kategori sedang cenderung rendah, sedangkan dewasa awal tergolong memiliki *psychological well-being* sedang cenderung tinggi, dan dewasa madya tergolong tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian berkelanjutan yang dilakukan oleh Musick & Wilson, dan Willigen dalam Gilster (2012) bahwa *volunteering* merupakan hal yang paling berperan dalam *psychological well-being* seseorang dengan umur yang sudah menginjak dewasa. Hal ini didukung oleh temuan dari Kimberly (2013) yang menemukan bahwa *psychological well-being* pada usia dewasa madya tergolong tinggi. Ini dikarenakan, orang yang berada pada perkembangan dewasa madya

cenderung memiliki keadaan fisik, kognitif, dan emosi yang baik, serta merasa nyaman dengan kualitas hidup mereka (Papalia, Olds, & Feldman, dalam Kimberly, 2013). Sedangkan pada remaja, usia ini merupakan masa transisi dari usia kanak-kanak menuju dewasa. Remaja akan mengalami konflik serta perubahan pada diri mereka. Satu hal yang sering menjadi fokus tentang perkembangan remaja adalah belum matangnya individu tersebut terutama dalam hal emosi (Prabowo, 2017). Namun bukan berarti bahwa *psychological well-being* pada kelompok remaja tergolong rendah.

Penelitian oleh Montague & Eiroa-Orosa (2017) yang meneliti *psychological well-being* pada 32 anggota Amnesty International UK's (AIUK) menemukan bahwa aktivisme pada kelompok remaja berkorelasi dengan *psychological well-being*, dan memiliki banyak manfaat. Seperti pembangunan motivasi intrinsik, penguatan identitas, nilai-nilai, hubungan sosial, efikasi diri, dan peningkatan skill. Dimana hal tersebut tidak hanya bagus bagi perubahan sosial, namun juga sangat bermanfaat bagi perkembangan psikologis remaja. Dikatakan juga bahwa fase remaja merupakan fase kunci dari pembentukan identitas dimana para aktivis remaja tersebut mampu merujuk pada pencapaian identitas, yakni fase yang paling berkembang dalam perkembangan identitas. Pada tahap ini, seseorang akan mulai berkomitmen pada nilai-nilai yang berbeda dengan dirinya, mereka akan belajar tentang skala prioritas, dan tipe interpersonal pribadi setelah periode eksplorasi jati diri (Pancer *et al*, dalam Montague & Eiroa-Orosa, 2017).

Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa karakteristik demografi dari responden seperti tingkat pendidikan dan status pekerjaan juga mempengaruhi *psychological well-being* responden. Seperti pada kategori pendidikan, ditemukan bahwa *psychological well-being* tertinggi dimiliki oleh responden yang menempuh pendidikan pasca sarjana. Hal yang sama juga berlaku pada kategori status pekerjaan dengan skor *psychological well-being* tergolong sedang cenderung tinggi bagi responden yang sudah bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Musick *et al* (dalam Gilster, 2012) yang menemukan bahwa status sosioekonomi (pendidikan yang lebih tinggi dan lebih banyaknya sumber daya ekonomi) menjadi prediktor yang sangat kuat bagi terlibatnya seseorang dalam aktivisme dan membawa pengaruh besar bagi *well-being*.

Ryff (dalam Rahayu, 2008) menyebutkan bahwa status sosial ekonomi mempengaruhi kondisi *psychological well-being* seseorang, yakni pendidikan tinggi dan status pekerjaan meningkatkan *psychological well-being*, terutama pada dimensi penerimaan diri dan dimensi tujuan hidup. Ditambahkan oleh penelitian dari Nanik *et al* (2016) yang mengatakan bahwa orang yang sudah bekerja telah memenuhi salah satu tugas perkembangan yang seharusnya dilakukan oleh para golongan dewasa, yaitu meniti karir demi memantapkan kehidupan ekonominya. Pendidikan berkorelasi dengan tingkat *psychological well-being*, yang berarti jika semakin tinggi pendidikannya, maka semakin tinggi pula *psychological well-being*. Seseorang yang memiliki pendidikan yang tinggi, akan memiliki peluang lebih besar dalam mendapatkan pekerjaan yang lebih baik. Sejalan dengan hal tersebut, mereka yang memiliki pekerjaan, berpeluang lebih besar dalam menemukan relasi sosial yang positif, terpenuhinya aktualisasi diri, dan wawasan yang lebih luas. Bagi mereka yang bekerja akan jarang dihindari rasa kejenuhan atau kesepian karena

selalu memiliki aktivitas dalam kesehariannya. Sedangkan bagi mereka yang belum bekerja, akan dilanda stres tinggi karena dengan asumsi mereka menganggur dan kurang melakukan aktivitas, sehingga dapat menimbulkan resiko stres tinggi yang menyebabkan rendahnya tingkat *psychological well-being* (Nanik *et al*, 2016). Selanjutnya, untuk hubungan sosioekonomi dengan aktivisme, dalam penelitian Gilster (2017) ditemukan bahwa karakteristik sosioekonomi (pendidikan dan pekerjaan) memiliki hubungan yang rendah terhadap aktivisme.

Sedangkan pada kategori jabatan responden, ditemukan bahwa pada tingkat departemen (*middle-level management*) memiliki skor *psychological well-being* tertinggi dibandingkan dengan pengurus inti (*top-level management*) dan anggota (*lower-level management*). Meski tidak spesifik meneliti tentang *psychological well-being*, namun Green III (2014) meneliti tentang *happiness* (kebahagiaan) *middle-level manager* di lingkungan kerja. Dimana *happiness* didefinisikan sebagai kepuasan kerja, hadirnya perasaan bahagia, absennya kesedihan atau perasaan tidak puas, kurangnya kelelahan emosi, dan *psychological well-being*. Dari hasil risetnya ditemukan bahwa *well-being* dan *happiness* pada *middle-level manager* mempengaruhi performa kerja. Saat *middle-level manager* bahagia, laporan produktifitasnya meningkat. Saat mereka tidak bahagia, laporan produktifitasnya menurun. Lebih lanjut, dikatakan bahwa *well-being* dan *happiness middle-level manager* di tempat kerja merupakan hal yang sangat penting dan memberikan kesempatan untuk membantu menumbuhkan kembangkan kemampuan kerja dari departemennya. Green III (2014) juga mengatakan bahwa pada *middle-level manager* berada pada posisi untuk memperkuat perilaku kerjanya pada kesuksesan di lingkungan kerja, untuk membaur dengan kehidupan, serta untuk mempengaruhi perubahan sosial melalui memperkuat kerja tim, kerjasama, etik kerja, dan merawat organisasi dimana merupakan tempatnya untuk bekerja. Mereka memiliki kemampuan untuk mempengaruhi kemampuan kerjanya agar bisa merasakan kebahagiaan di lingkungan kerjanya. Kunci bagi *middle-level manager* adalah untuk mengubah fokusnya dari kebahagiaan dan *well-being* individu menjadi *well-being* sosial serta perubahan sosial.

Namun dalam penelitian lebih lanjut, Gondlekar & Kamat (2016) menemukan bahwa semakin tinggi jabatan seseorang, semakin tinggi tingkat *psychological well-being*. Dimana pada jabatan yang lebih tinggi ditemukan bahwa mereka lebih bisa menentukan dirinya sendiri dan lebih independen, memiliki rasa untuk mengatur dan keahlian untuk pengelolaan lingkungan, memiliki perasaan untuk berkembang lebih lanjut, memiliki kehangatan, kepuasan, memiliki kepercayaan dengan orang lain, memiliki tujuan dalam hidup dan rasa yang lebih terarah daripada *middle-level management* dan *lower-level management*. Salah satu alasan yang memungkinkan dari hal tersebut adalah *top-level management* harus menghadapi situasi yang menantang, mengambil keputusan secara mandiri, harus menjaga hubungan yang positif dengan bawahannya, belajar untuk menerima kesalahannya sebagai bagian dari pekerjaan.

Adapun pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan, yakni referensi yang berkaitan dengan subjek penelitian dalam literatur psikologi masih minim, terutama terkait *psychological well-being* pada aktivisme. Diskursus tentang aktivis/aktivisme cenderung disamakan dengan

keaktifan/keikutsertaan/keterlibatan organisasi. Padahal keduanya sangat berbeda. Keaktifan dalam organisasi, terutama organisasi mahasiswa, kebanyakan cenderung mengarah pada volunteerisme, bukan aktivisme. Seperti yang disinggung pada kajian pustaka, volunteerisme (pelayanan masyarakat, keterlibatan sipil atau sosial) cenderung bersifat netral. Sedangkan aktivisme (*participatory citizenship*, keterlibatan politik, dan aksi kolektif) lebih bersifat ideologis (Montague & Eiroa-Orosa, 2017). Keterbatasan lain dalam penelitian ini adalah sedikitnya sampel subjek yang digunakan. Hal ini dikarenakan subjek adalah para aktivis *non-governmental organization* yang terlibat dalam dunia gerakan (*social movement*). Yakni mereka adalah orang yang mendampingi, mengawal, dan mengadvokasi beberapa isu politik melalui cara-cara yang tidak biasa seperti melakukan petisi, aksi massa, dan cenderung melakukan aksi yang merujuk pada pembangkangan sipil. Sedangkan di luar sana, hanya sedikit saja subjek yang memenuhi syarat-syarat tersebut. Hal ini merupakan keterbatasan di satu sisi, dan keuntungan di sisi lain. Karena bisa meminimalisir potensi bias dan lebih representatif menggambarkan kondisi yang ada.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan dari hasil penelitian, didapat kesimpulan bahwa *psychological well-being* aktivis *non governmental organization* (NGO) adalah sedang cenderung tinggi di tengah kompleksitas masalah yang dialami. Dimensi *psychological well-being* yang cenderung tinggi antara lain dimensi otonomi, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup. Sedangkan dimensi yang cenderung rendah adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, dan penguasaan lingkungan. Bila dilihat secara demografi, laki-laki memiliki *psychological well-being* sedang dengan kecenderungan tinggi daripada perempuan. Kategori usia dewasa madya dan dewasa awal juga cenderung tinggi. Sedangkan pada remaja, *psychological well-being* cenderung rendah. Untuk kategori jabatan, pada jabatan departemen (*middle-level management*) memiliki *psychological well-being* pada kategori sedang cenderung tinggi, sedangkan anggota (*bottom-level management*) memiliki kategori sedang yang cenderung tinggi. Terakhir, pengurus inti (*top-level management*) berada pada kategori sedang cenderung tinggi. Pada kategori tingkat pendidikan memiliki kategori sedang yang cenderung tinggi secara berurutan, ditemukan bahwa aktivis yang berpendidikan pasca sarjana, disusul oleh mereka yang lulusan sekolah menengah atas, dan sarjana. Bagi responden yang sudah menikah juga memiliki *psychological well-being* yang cenderung tinggi, sedangkan yang belum menikah memiliki kategori sedang cenderung tinggi. Responden yang sudah bekerja memiliki *psychological well-being* sedang cenderung tinggi, sejalan dengan itu responden yang belum bekerja juga berada pada kategori sedang yang cenderung tinggi.

Implikasi dari penelitian ini bagi subjek adalah bisa menjadi gambaran tentang *psychological well-being* aktivis *non governmental organization*, serta dapat menjadi gambaran bahwa aktivitas yang selama ini dijalani merupakan hal yang positif dan bermakna bagi pengembangan diri. Hasil penelitian ini juga bisa

menjadi gambaran awal terkait kondisi aktivis NGO, dimana hal ini bisa ditindak lanjuti untuk pengembangan kemampuan sumber daya anggota.

Kajian tentang aktivisme dalam diskursus psikologi masih minim, sehingga diharapkan agar mampu mengembangkan kajian ini lebih komprehensif. Maka itu bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi awal untuk penelitian lanjutan dengan subjek yang sama namun dengan variabel yang berbeda. Yakni variabel-variabel yang mengungkap dinamika psikologis terkait aktivisme dan gerakan sosial, serta telaah terkait koherensinya dengan dinamika sosial yang ada saat ini. Variabel-variabel tersebut seperti motivasi aktivisme, resiliensi, marginalitas, atribusi atau persepsi keadilan, religiusitas, komitmen aktivisme, agresi, aksi kolektif, dan lain-lain. Bahkan lebih lanjut, penelitian berikutnya juga dapat memilih subjek dengan kategori yang lebih spesifik, misal berdasarkan ideologi politik subjek, tipikal lembaga, sosio-ekonomi, budaya, dan sebagainya. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menambah jumlah sampel dan memperluas cakupan area penelitian, sehingga data serta hasil bisa lebih representatif serta memperkaya hasil penelitian. Metode kualitatif juga bisa digunakan agar data yang didapat bisa lebih mendalam. Di tengah besarnya tuntutan perubahan sosial saat ini, harapannya, diskursus akademik tentang psikologi partisipasi politik dan aktivisme gerakan sosial menjadi penting untuk dikaji lebih lanjut.

REFERENSI

- Ahya, H. (2012). *Peranan LSM dalam Menunjang Good Governance Di Kota Malang (Study Pada Malang Corruption Watch/MCW)*. (Doctoral Dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Assadi, H., Dharmawan, A. H., & Adiwibowo, S. (2009). *Independensi Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) di Tengah Kepentingan Donor*. Sodality: Jurnal Sosiologi Pedesaan, 3(2).
- Atwal, M. (2009). *Evaluating Nashi's Sustainability: Autonomy, Agency and Activism*. Europe-Asia Studies, 61(5), 743-758.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Conner, J., & Rosen, S. M. (Eds.). (2016). *Contemporary Youth Activism: Advancing Social Justice in the United States: Advancing Social Justice in the United States*. ABC-CLIO.
- Cox, H. (2014). *Impact of Activism on Health and Wellbeing*. Plantothrive.net. Diperoleh pada 29 Mei 2018 dari <http://plantothrive.net.au/2014/06/impacts-of-activism-on-health-and-wellbeing/>.

- Crisp, R. (2017). "Well-Being", *The Stanford Encyclopedia of Philosophy (Fall 2017 Edition)*. Edward N. Zalta (ed.). Diperoleh pada 22 Juli 2018 dari <https://plato.stanford.edu/archives/fall2017/entries/well-being/>.
- Galih, B. (2017). *Idealisme Munir dan Ironi Kematian di Pesawat Garuda*. Nasional Kompas. Diperoleh pada 22 Juli 2018 dari <https://nasional.kompas.com/read/2017/09/07/07070031/idealisme-munir-dan-ironi-kematian-di-pesawat-garuda?page=all>.
- Gilster, M. E. (2012). *Comparing Neighborhood-Focused Activism and Volunteerism: Psychological Well-Being and Social Connectedness*. *Journal of community psychology*, 40(7), 769-784.
- Gondlekar, M. S., & Kamat, M. S. (2016). *Effect of Organizational Climate on Psychological Well Being: A Study Of Vedanta Ltd*. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(3), 182-195.
- Green III, R. (2014). *Impact of Middle-Level Managers' Well-Being and Happiness on Direct Reports' Performance*.
- Haldun, I. (2018). *Perbedaan Alienasi pada Mahasiswa ditinjau dari Keikutsertaan Mahasiswa dalam Berorganisasi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive Psychology: Theory, Research And Applications*. McGraw-Hill Education (UK).
- Iskandar, S. A. O. P. (2016). *Hubungan Psychological Well-Being dengan Komitmen Organisasi pada Prajurit TNI-AU Lanud Abdulrachman Saleh Malang*. (Doctoral Dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, c. D. (2002). *Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter Of Two Traditions*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007.
- Kimberly & Utoyo, S, T, D. (2013). *Hubungan Psychological Well-Being dan Work Engagement pada Karyawan yang Bekerja di Lokasi Tambang*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Klar, M., & Kasser, T. (2009). *Some Benefits of Being an Activist: Measuring Activism and Its Role in Psychological Well-Being*. *Political Psychology*, 30(5), 755-777.
- Kompas. (2017, 9 September). *Pembungkaman Aktivis Jangan Dibiarkan*. Kompas Nasional. Diperoleh 29 Mei 2018 dari <https://www.pressreader.com/indonesia/kompas/20170909/2815952406875>.

- Leak, G. K., & Leak, K. C. (2006). *Adlerian Social Interest and Positive Psychology: A Conceptual and Empirical Integration*. *Journal of Individual Psychology*, 62(3).
- Fakih, M. (2008). *Masyarakat Sipil untuk Transformasi Sosial: Pergolakan Ideologi di Dunia LSM Indonesia Cetakan Keempat (Terjemahan)*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Martono, N. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif; Analisis Isi & Analisis Data Sekunder*. Jakarta: Rajawali Press
- Medium. (2017, 3 Oktober). *Kooperasi dan Gerakan Advokasi Warga: Cerita dari Pingir Kalimetro*. Diperoleh 29 Mei 2018, dari <https://medium.com/literasi/kooperasi-dan-gerakan-advokasi-warga-cerita-dari-pinggir-kalimetro-7cba7cc1278b>. Diakses pada 29 Mei 2018.
- Montague, A. C., & Eiroa-Orosa, F. J. (2017). *Exploring The Role Of Engagement On Well-Being And Personal Development: A Review Of Adolescent And Mental Health Activism*. *The Routledge International Handbook Of Critical Positive Psychology*, 437-446.
- Musick, M. A., & Wilson, J. (2003). *Volunteering and Depression: The Role of Psychological and Social Resources in Different Age Groups*. *Social science & medicine*, 56(2), 259-269.
- Nanik, N., Putri, I. I., Lativa, A., & Hariani, L. A. S. (2016). *Psychological Well Being Pria dan Wanita Ditinjau dari Status Pernikahan*. Program Doktorat Fakultas Psikologi Universitas Airlangga & Fakultas Psikologi Universitas Surabaya
- Novia, F. E. (2017). *Peran Malang Corruption Watch (MCW) dalam Memperjuangkan Nilai-Nilai Partisipasi Masyarakat di Kota Malang*. Skripsi Jurusan Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Fakultas Ilmu Sosial UM.
- Ohlheiser, A. (2015). *Why 'Social Justice Warrior,' a Gamergate Insult, is now a Dictionary Entry*. *The Washington Post*.
- Poerwanti, E. (1998). *Dimensi-Dimensi Riset Ilmiah*. Malang: UMM Press.
- Prabowo, A. (2012). *Psychological Well-Being Narapidana Anak*. Laporan Penelitian, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prabowo, A. (2017). *Gratitude dan Psychological Well-Being pada Remaja*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(2), 260-270.
- Puspitaningtyas, R. (2008). *Kinerja Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) dalam Memberikan Advokasi kepada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga*

(Studi pada Women's Crisis Centre Sukma Bangsa Malang) (Doctoral Dissertation, University Of Muhammadiyah Malang).

Ruhlman, M. A. (2015). *Who Participates In Global Governance : States, Bureaucracies, And Ngos In The United Nations*. Abingdon, oxon: New york

Rahayu, M. A. (2008). *Psychological Well-Being*. Jurnal.

Ramadhani, Y. (2017, 18 Juli). *Pembantaian Para Aktivis Lingkungan*. Tirto. Diperoleh pada 22 Juli 2018 dari <https://tirto.id/pembantaian-para-aktivis-lingkungan-csRQ>.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). *Self-Determination Theory and The Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being*. American Psychologist, 55(1), 68.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The Structure of Psychological Well-Being Revisited*. Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719.

Sarman, M. (2010). *Makalah Seminar: Pasang Surut NGO, Pasang Surut Perjuangan*. Universitas Negeri Lampung

Santoso, S. (2014). *Statistik Multivariat*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo

Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development Jilid I (Alih Bahasa: Juda Damanik dan Achmad Chusairi)*. Jakarta: Erlangga.

Shogren, K. A., Lopez, S. J., Wehmeyer, M. L., Little, T. D., & Pressgrove, C. L. (2006). *The Role of Positive Psychology Constructs in Predicting Life Satisfaction in Adolescents with and Without Cognitive Disabilities: An Exploratory Study*. The Journal of Positive Psychology, 1(1), 37-52.

Steger, M. F., Kashdan, T. B., & Oishi, S. (2008). Being Good by Doing Good: Daily Eudaimonic Activity and Well-Being. Journal of Research in Personality, 42(1), 22-42.

Suryani, P. (2012). *Komitmen Organisasi Ditinjau dari Subjective Well-Being* (Doctoral Dissertation, Prodi Psikologi Unika Soegijapranata).

Thoits, P. A., & Hewitt, I. N. (2001). *Volunteer Work and Well-Being*. Journal of Health and Social Behavior, 42, 115-131. [Http://dx.doi.org/10.2307/3090173](http://dx.doi.org/10.2307/3090173).

Vecina, M. L., & Fernando, C. (2013). *Volunteering and Well-Being: Is Pleasure-Based Rather than Pressure-Based Prosocial Motivation That Which is Related to Positive Effects?* Journal of Applied Social Psychology, 43(4), 870-878.

Wilson, J. (2000). *Volunteering*. Annual review of sociology, 26(1), 215-240.

Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian Psikologi Pendidikan*. Malang: UMM Press

Windsor, T. D., Anstey, K. J., & Rodgers, B. (2008). *Volunteering and Psychological Well-Being among Young-Old Adults: How Much is Too Much?* The Gerontologist, 48(1), 59-70.



LAMPIRAN 1. BLUE PRINT SKALA ALIENASI*Blue Print Skala Psychological Well Being Sebelum Tryout*

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Otonomi	1, 28, 30	7, 19, 29	6
2.	Pertumbuhan pribadi	4, 9, 21	15, 22, 31	6
3.	Penguasaan Lingkungan	13, 35, 36	2, 25, 14	6
4.	Hubungan positif dengan orang lain	3, 17, 32	10, 16, 33	6
5.	Tujuan hidup	11, 20, 5	23, 26, 34	6
6.	Penerimaan diri	6, 12, 24, 27	8, 18	6
Total		19	17	36

Item yang tidak valid 7, 8, 25, 28, 29, 35, 36

Blue Print Skala Psychological Well Being Setelah Tryout

No.	Aspek	No. Item		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Otonomi	1, 25	17	3
2.	Pertumbuhan pribadi	4, 19, 7	13, 20, 26	6
3.	Penguasaan Lingkungan	11	2, 12	3
4.	Hubungan positif dengan orang lain	3, 15, 27	8, 14, 28	6
5.	Tujuan hidup	5, 9, 18	21, 23, 29	6
6.	Penerimaan diri	6, 10, 22, 24	16	5
Total		16	13	29

LAMPIRAN 2. INSTRUMEN PENELITIAN *TRYOUT*

No.	Pernyataan	1	2	3	4
1.	Saya tidak takut dengan pendapat saya walaupun bertentangan dengan orang lain				
2.	Saya kesulitan menata hidup seperti yang saya inginkan				
3.	Kebanyakan orang menilai saya sebagai orang yang baik dan mau menyisihkan waktu untuk orang lain				
4.	Saya senang mencari pengalaman baru yang dapat memperluas pandangan saya terhadap diri sendiri				
5.	Saya senang membuat rencana masa depan dan berusaha mewujudkannya				
6.	Ketika saya mengenang masa lalu, saya cukup bahagia dengan keadaan yang sekarang				
7.	Saya mengkhawatirkan pendapat orang lain terhadap saya				
8.	Cara saya memperlakukan diri sendiri tidak sebaik cara orang lain memperlakukan dirinya				
9.	Bagi saya, hidup merupakan proses belajar, berubah, dan berkembang				
10.	Mempertahankan hubungan dekat dengan orang lain sangat sulit dan membuat saya putus asa				
11.	Saya memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas				
12.	Secara umum saya percaya diri dan yakin pada diri sendiri				
13.	Saya mampu menciptakan gaya hidup yang sesuai dengan yang saya inginkan				
14.	Saya tidak cocok dengan orang-orang dan lingkungan di sekitar saya				
15.	Saya merasa kurang berkembang selama beberapa tahun ini				
16.	Saya belum pernah mengalami hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain				
17.	Saya bisa mempercayai teman dan mereka juga mempercayai saya				
18.	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan prestasi hidup saya				
19.	Saya kesulitan untuk menyampaikan pendapat tentang hal-hal yang bersifat kontroversial				
20.	Saya memiliki tujuan yang jelas dalam menjalani hidup				
21.	Saya merasa telah banyak berkembang selama ini				
22.	Saya tidak mampu membuat perubahan besar dalam hidup saya				
23.	Saya tidak tahu apa yang saya ingin saya raih dalam hidup				
24.	Saya menyukai hampir semua karakteristik dari kepribadian saya				
25.	Banyaknya tanggung jawab membuat saya kewalahan				
26.	Saya menjalani hidup ini apa adanya dan tidak terlalu memikirkan masa depan				
27.	Ketika saya membandingkan diri dengan teman-teman, saya merasa senang menjadi diri sendiri				
28.	Ketika teman saya melakukan kesalahan, saya mengingatkannya				
29.	Saya dapat bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil				
30.	Saya membantu teman saya ketika teman saya mengalami kesusahan				
31.	Saya sulit menyesuaikan diri di lingkungan yang baru				
32.	Saya merasa sedih ketika melihat teman saya dalam kesusahan				
33.	Saya kurang tertarik untuk berdiskusi dengan teman-teman saya mengenai suatu hal				
34.	Saya merasa kurang optimis untuk mencapai cita-cita saya				
35.	Sulit bagi saya untuk membangun hubungan yang baik dengan orang lain				
36.	Kegiatan saya yang padat membuat saya merasa kewalahan				

LAMPIRAN 2. INSTRUMEN PENELITIAN PASCA *TRYOUT*

Skala Penelitian Aktivistis NGO/LSM

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat.

Dalam rangka penelitian saya pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, maka saya mohon bantuan saudara untuk mengisi skala penelitian berikut. Perlu saudara ketahui, bahwa hasil skala ini benar-benar digunakan untuk tujuan penelitian, dan tidak digunakan untuk maksud-maksud lain. Oleh karena itu, saudara tidak perlu ragu-ragu untuk menjawab semua pernyataan yang tersedia, karena saya akan menjamin kerahasiaan jawaban yang saudara berikan. Tidak ada jawaban yang benar atau salah, sebab semua jawaban mempunyai makna dalam penelitian ini.

Kriteria untuk mengisi skala ini adalah: tergabung dalam organisasi non pemerintah (Ornop/NGO/LSM), merupakan pengurus utama (*core*), dan tergabung dengan lembaga minimal selama 6 bulan.

Besar harapan saya dapat menerima kembali skala penelitian yang telah saudara isi. Atas kesediaannya, saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya

Abdul Hafidz Ahmad

(085733160014)

Petunjuk Pengisian

Sebelum anda menjawab, **mohon perhatikan** petunjuk pengisian berikut:

1. Isilah identitas anda dengan menggunakan inisial.
2. Bacalah pertanyaan dengan seksama dan berilah tanda centang (✓) pada lembar jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan diri anda dengan penilaian sebagai berikut:
 - **Semakin kecil angka** yang dipilih, **maka semakin menunjukkan ketidak sesuaian** pernyataan dengan keadaan diri anda.
 - **Semakin besar angka** yang dipilih, **maka semakin menunjukkan kesesuaian** pernyataan dengan keadaan diri anda.
3. Semua jawaban adalah benar asalkan sesuai dengan keadaan pribadi anda. Petunjuk jika ingin mengganti jawaban:

Contoh:

1	2	3	4
✓			
✓	✓		

→ Jawaban yang ingin diganti

→ Jawaban yang sudah diganti

4. Dimohon untuk menjawab semua pertanyaan dan tidak ada yang terlewatkan.
Identitas Responden

Nama (inisial):	Pendidikan terakhir:
Instansi/lembaga:	Profesi: 1..... 2..... 3.....
Tergabung di lembaga sejak:	
Status Perkawinan:	Jenis Kelamin: L/P
Usia:	Jabatan di lembaga:

No.	Pernyataan	1	2	3	4
1.	Saya tidak takut dengan pendapat saya walaupun bertentangan dengan orang lain				
2.	Saya kesulitan menata hidup seperti yang saya inginkan				
3.	Kebanyakan orang menilai saya sebagai orang yang baik dan mau menyisihkan waktu untuk orang lain				
4.	Saya senang mencari pengalaman baru yang dapat memperluas pandangan saya terhadap diri sendiri				
5.	Saya senang membuat rencana masa depan dan berusaha mewujudkannya				
6.	Ketika saya mengenang masa lalu, saya cukup bahagia dengan keadaan yang sekarang				
7.	Bagi saya, hidup merupakan proses belajar, berubah, dan berkembang				
8.	Mempertahankan hubungan dekat dengan orang lain sangat sulit dan membuat saya putus asa				
9.	Saya memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas				
10.	Secara umum saya percaya diri dan yakin pada diri sendiri				
11.	Saya mampu menciptakan gaya hidup yang sesuai dengan yang saya inginkan				
12.	Saya tidak cocok dengan orang-orang dan lingkungan di sekitar saya				
13.	Saya merasa kurang berkembang selama beberapa tahun ini				
14.	Saya bisa mempercayai teman dan mereka juga mempercayai saya				
15.	Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan prestasi hidup saya				
16.	Saya kesulitan untuk menyampaikan pendapat tentang hal-hal yang bersifat kontroversial				
17.	Saya memiliki tujuan yang jelas dalam menjalani hidup				
18.	Saya merasa telah banyak berkembang selama ini				
19.	Saya tidak mampu membuat perubahan besar dalam hidup saya				
20.	Saya tidak tahu apa yang saya ingin saya raih dalam hidup				
21.	Saya menyukai hampir semua karakteristik dari kepribadian saya				
22.	Saya menjalani hidup ini apa adanya dan tidak terlalu memikirkan masa depan				
23.	Ketika saya membandingkan diri dengan teman-teman, saya merasa senang menjadi diri sendiri				
24.	Saya membantu teman saya ketika teman saya mengalami kesusahan				
25.	Saya sulit menyesuaikan diri di lingkungan yang baru				
26.	Saya merasa sedih ketika melihat teman saya dalam kesusahan				
27.	Saya kurang tertarik untuk berdiskusi dengan teman-teman saya mengenai suatu hal				
28.	Saya merasa kurang optimis untuk mencapai cita-cita saya				

Terima kasih atas partisipasi saudara/saudari sekalian. Semoga dimudahkan segala urusannya.

“Para ahli filsafat hanya telah menafsirkan dunia dengan berbagai cara; padahal yang terpenting ialah mengubahnya”

(Kar H. Marx, Tesis-Tesis tentang Feurbach)

LAMPIRAN 4. VALIDITAS & RELIABILITAS SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*

Validitas dan Reliabilitas Skala *Psychological Well-Being* (Subjek 50)

Tahap 1 Sebelum Eliminasi Item

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,866	,874	36

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	106,06	168,507	,430	.	,861
Item_2	106,58	167,147	,406	.	,861
Item_3	106,48	171,071	,332	.	,863
Item_4	105,74	166,645	,581	.	,858
Item_5	105,82	165,089	,685	.	,857
Item_6	106,24	164,921	,476	.	,860
Item_7	106,58	172,902	,174	.	,867
Item_8	106,48	171,398	,228	.	,866
Item_9	105,64	167,133	,607	.	,858
Item_10	106,18	168,967	,330	.	,863
Item_11	106,06	165,935	,603	.	,858
Item_12	105,96	163,427	,671	.	,856
Item_13	106,18	162,477	,657	.	,856
Item_14	106,12	165,455	,522	.	,859
Item_15	106,50	165,602	,412	.	,861
Item_16	106,16	167,566	,408	.	,861
Item_17	106,20	166,939	,523	.	,859
Item_18	106,60	166,204	,421	.	,861
Item_19	106,66	164,351	,524	.	,858
Item_20	106,16	167,158	,438	.	,861
Item_21	106,18	166,028	,493	.	,859
Item_22	106,56	166,741	,395	.	,862
Item_23	106,06	164,466	,542	.	,858
Item_24	106,48	169,561	,342	.	,863
Item_25	107,00	170,939	,242	.	,865
Item_26	106,42	164,779	,507	.	,859
Item_27	105,92	168,728	,439	.	,861
Item_28	106,32	176,793	,041	.	,868
Item_29	107,74	188,156	-,539	.	,878
Item_30	105,94	166,956	,638	.	,858
Item_31	106,32	160,160	,598	.	,856
Item_32	106,00	168,612	,516	.	,860
Item_33	106,18	165,865	,417	.	,861

Item_34	106,40	158,735	,653	.	,854
Item_35	107,46	195,437	-,633	.	,887
Item_36	106,92	188,198	-,410	.	,881

***Keterangan: item nomer 7, 8, 25, 28, 29, 35, 36 Tidak Valid**

Tahap 2 Setelah Eliminasi Item

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,917	,922	29

Item-Total Statistics						
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	
Item_1	88,90	186,337	,404	.	,916	
Item_2	89,42	184,983	,382	.	,916	
Item_3	89,32	188,140	,349	.	,916	
Item_4	88,58	183,065	,622	.	,913	
Item_5	88,66	181,739	,710	.	,912	
Item_6	89,08	181,463	,498	.	,914	
Item_9	88,48	184,091	,621	.	,913	
Item_10	89,02	186,591	,318	.	,917	
Item_11	88,90	182,663	,625	.	,913	
Item_12	88,80	180,082	,689	.	,912	
Item_13	89,02	179,040	,675	.	,912	
Item_14	88,96	181,427	,573	.	,913	
Item_15	89,34	181,943	,442	.	,916	
Item_16	89,00	183,714	,453	.	,915	
Item_17	89,04	183,631	,548	.	,914	
Item_18	89,44	183,843	,403	.	,916	
Item_19	89,50	181,357	,527	.	,914	
Item_20	89,00	183,918	,458	.	,915	
Item_21	89,02	182,714	,514	.	,914	
Item_22	89,40	184,245	,384	.	,916	
Item_23	88,90	181,235	,555	.	,913	
Item_24	89,32	186,753	,349	.	,917	
Item_26	89,26	181,992	,503	.	,914	
Item_27	88,76	185,982	,441	.	,915	
Item_30	88,78	184,053	,644	.	,913	
Item_31	89,16	177,770	,610	.	,912	
Item_32	88,84	185,321	,549	.	,914	
Item_33	89,02	182,836	,425	.	,916	
Item_34	89,24	176,104	,633	.	,912	

LAMPIRAN 6. DATA KASAR SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*

1.	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4				63		
2.	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	1	2	4	1	4	1	1			62	
3.	3	2	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3			47	
4.	2	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	1	3	2	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2			48	
5.	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	2	3	2	1	2	1	4	2	2	3	2	4	3			41	
6.	4	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3			48
7.	4	4	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4			52	
8.	4	1	4	4	4	4	1	1	3	3	2	3	1	4	4	1	4	3	1	2	2	3	2	4	4	3	4	4	3			52	
9.	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			48	
10.	4	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4			50	
11.	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	2	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2			48	
12.	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	2	4	2	3	2	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3			49	
13.	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	2	3	2	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3			49	
14.	2	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	1	3			52	
15.	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	4	2	2	2			53	
16.	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4			62	
17.	2	2	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	4	2	3	1	3	3	4	2	4	2	2	4	2	4	4	3			49	
18.	3	4	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	3	1	3	4			53	
19.	2	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4			59	
20.	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4			57
21.	3	3	4	4	3	2	4	4	2	3	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3			51	
22.	4	3	4	3	2	3	4	2	2	3	2	4	3	4	4	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3			51	
23.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4			64	
24.	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4			54	
25.	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	4	3	3	4	2			47	
26.	1	3	1	1	1	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	1			40	
27.	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4			61	
28.	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	2	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3			56	
29.	3	2	4	4	2	4	4	3	2	3	4	3	4	2	3	4	2	2	4	2	1	4	1	4	4	3	3	3	3			54	
30.	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	1	4	1	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3			55	
31.	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			52	
32.	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2			45	
33.	4	4	2	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	4			47

34.	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	1	1				51	
35.	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	1	4	4	2	4	3				53	
36.	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3				54	
37.	3	3	3	1	4	3	2	4	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3				49	
38.	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	1	2	4	2	1	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	2				53	
39.	4	2	2	4	2	1	4	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	1	2	3	2	3	2				33	
40.	4	2	4	4	4	4	4	1	3	3	3	2	2	2	4	3	3	1	4	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3				56	
41.	4	2	4	4	4	2	4	2	3	3	2	4	3	4	4	2	2	2	1	2	1	3	3	2	4	3	3	4	4				49	
42.	3	1	4	4	4	4	4	2	3	4	3	1	2	1	2	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	4	3	4				57	
43.	3	2	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	2				54	
44.	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	2	2	4	2	3	4	4	4	4				55	
45.	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2				45	
46.	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4				54	
47.	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3				45	
48.	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4				63	
49.	4	2	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	1	1	3	3	2	1	3	2	4	3	1	2	3	4				51	
50.	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	1	3	4				52	
51.	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	4	2	3	3	1	4	4				49	
52.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	4				58	
53.	4	1	4	4	4	4	4	2	1	4	4	2	1	2	3	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3				58	
54.	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2				40	
55.	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	4	1	4	3	3	4	1	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	1	3				40	
56.	4	2	3	4	3	2	4	4	2	2	3	4	2	4	4	1	3	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	2				48	
57.	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4				62	
58.	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4				57	
59.	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3				53	
60.	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3				55	
61.	3	1	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3				43	
62.	4	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	1	4	2	2	3	1	2	3	3	3	4	1	3	3	1	4	4	3				47	
63.	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4				51	
64.	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2				49	
65.	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4				60	
66.	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	2				46	
67.	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3				49	
68.	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4				52

69.	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3				46		
70.	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2				52	
71.	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4				61	
72.	3	2	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	4	2	3	3	4	3	4	3	2				45	
73.	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2	3	4	3	4	3	4	3	1	3	2				51	
74.	4	4	3	4	4	3	4	1	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3				53	
75.	1	2	3	4	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	1	1	1	3	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1				50	
76.	3	2	3	4	2	3	4	3	1	2	2	3	3	4	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	4	2				43	
77.	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3				59	
78.	2	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4				54	
79.	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2				55	
80.	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2				55	
81.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3				48	
82.	2	2	4	4	4	4	4	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3				49	
83.	3	3	4	4	4	3	4	1	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	1	3				53	
84.	3	2	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	1	4	2	3	2	3	3	4	2	4				52	
85.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4				61	
86.	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	3	1	3	3	4	3	4	2				46	
87.	4	2	2	4	2	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	2	4	2	2	4	3	2	2	2	4	4	3	4	2				47	
88.	2	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4				59	
89.	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	1	4				60	
90.	3	3	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2				52	
91.	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	4	2	4	2	4	3	3	2	2	4	2				45	
92.	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	1	4	3	3	4	2	3	3				46	
93.	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4				53	
94.	3	1	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3				53	
95.	4	2	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	1	1	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2				51	
96.	3	3	4	4	4	3	4	1	4	3	3	2	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	2				54	
97.	4	2	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3				54	
98.	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3				49	
99.	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4				59	
100	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4				54	
101	4	3	3	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	4	3	4	1	2	4	3	4	3	3	3	3	1	3	4	2				50	
102	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3				46	
103	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	4	4	4	1	4	2	4				59

104	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	3	3	4	2	3	4	3	1	3	3	4	4	4	2	4	4	4				60	
105	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	2	2	4	3	4	2	3	4	4				58	
106	3	3	2	4	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	1	1	2	4	3	2	4	4	3	3	2	4	4	3				49	
107	4	3	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	4				54		
108	4	3	4	4	2	1	2	4	2	2	4	4	1	4	4	1	4	4	3	1	1	1	4	1	1	4	4	1	4				43	
109	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	4				50	
110	4	4	4	3	4	2	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4				58	
111	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4				54	
112	4	3	4	4	4	4	4	1	3	2	4	4	2	4	4	4	4	1	1	1	1	4	1	4	4	4	4	3	4				55	
113	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4				59	
114	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4				54
115	4	2	2	3	4	3	4	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	3				51	
116	3	2	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	3	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4				57	
117	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	2	4	4				53	
118	4	3	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3				54	
119	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	2	4	3	4	2	4	4	3	3	4				55	
120	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	4	4	4	2	4				55	
121	3	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4				45
122	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	1	3	4	3	3	3	3	3	3				51	
123	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	1	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3				46
124	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	2	4				59	
125	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3				58	
126	3	4	1	3	4	2	4	3	3	3	4	1	3	2	4	3	4	2	3	2	4	2	4	4	3	2	3	4	1				48	
127	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4				60	
128	4	3	2	4	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4				52	
129	4	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4				53	
130	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	1	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	1	3	4	4	4	4	3	2				52	
131	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	2	3	4	3	4	4				49	
132	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	1	1	1	3	2	4	3	4	4	3				50	
133	4	2	3	4	3	4	4	4	4	2	2	4	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	4	4	2				52	
134	1	4	2	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	1	4	3	2	4	3	2	4	4	2	4	2	2				53	
135	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4				54	
136	4	2	3	4	4	3	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	3				55	
137	4	3	1	4	4	3	4	4	4	4	1	4	3	4	2	2	4	4	2	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4				49	
138	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4				61	

139	4	1	2	4	4	4	4	1	4	4	3	2	4	1	4	2	1	4	4	1	4	4	2	4	4	2	4	4	2				61	
140	3	3	2	4	3	3	4	2	2	4	4	4	3	2	4	2	2	3	4	3	4	3	2	4	3	2	3	4	4				53	
141	4	2	3	4	4	4	4	1	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3				54	
142	4	2	1	3	2	2	4	2	2	3	3	3	2	3	4	4	4	2	3	2	2	3	1	4	3	4	3	4	2				46	
143	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	4	2	4				54	
144	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	2	4	4	3	3	2				50	
145	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	2	3	2	1	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2				49	
146	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	2	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4				58	
147	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4				56
148	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4				64	
149	3	2	3	4	2	2	4	3	3	4	1	3	2	4	3	1	3	2	2	2	2	3	1	2	3	3	2	4	2				43	
150	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4				50
151	3	2	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	1	3	1	2	3	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4				52	
152	3	4	3	4	3	2	4	2	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	1	4	2	2	4	3	4	4				44	
153	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2				47
154	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4				48	
155	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	4	2	3	4	4	2	4	4	4				50	
156	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2				52	
157	3	4	2	4	3	2	4	4	2	2	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	1	3	4	4	4	4				43
158	3	2	3	4	4	2	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	4				46	
159	3	1	2	3	1	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3				39	
160	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	3	1	3	3	2	4	3	4	3	3	1	3	3	2				49	



LAMPIRAN 5. HASIL ANALISA DATA

Tinggi Rendah Skor PWB Keseluruhan

		Kategori_PWB			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Tinggi	88	55,0	55,0	55,0
	Rendah	72	45,0	45,0	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Tinggi Rendah Tiap Dimensi PWB

		Tinggi_Rendah_Aspek_Otonomi			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Tinggi	99	61,9	61,9	61,9
	Rendah	61	38,1	38,1	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

		Tinggi_Rendah_Aspek_Pertumbuhan Pribadi			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Tinggi	88	55,0	55,0	55,0
	Rendah	72	45,0	45,0	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

		Tinggi_Rendah_Aspek_Penguasaan_Lingkungan			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Tinggi	48	30,0	30,0	30,0
	Rendah	112	70,0	70,0	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Tinggi_Rendah_Aspek_Hubungan_Positif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	82	51,3	51,3	51,3
	Rendah	78	48,8	48,8	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Tinggi_Rendah_Aspek_Tujuan_Hidup

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	89	55,6	55,6	55,6
	Rendah	71	44,4	44,4	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Tinggi_Rendah_Aspek_Penerimaan_Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	78	48,8	48,8	48,8
	Rendah	82	51,3	51,3	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

PWB ditinjau Menurut Demografi

Bekerja_Tidak_Bekerja * Kategori_PWB Crosstabulation

			Kategori_PWB			
			Tinggi	Sedang	Rendah	Total
Bekerja_Tidak_Bekerja	Bekerja	Count	15	48	4	67
		% within Bekerja_Tidak_Bekerja	22,4%	71,6%	6,0%	100,0%
	Tidak Bekerja	Count	14	57	22	93
		% within Bekerja_Tidak_Bekerja	15,1%	61,3%	23,7%	100,0%
Total	Count	29	105	26	160	
	% within Bekerja_Tidak_Bekerja	18,1%	65,6%	16,3%	100,0%	

Usia * Kategori_PWB Crosstabulation

			Kategori_PWB			
			Tinggi	Sedang	Rendah	Total
Usia	Dewasa Madya	Count	2	1	0	3
		% within Usia	66,7%	33,3%	0,0%	100,0%
	Dewasa Awal	Count	17	62	13	92
		% within Usia	18,5%	67,4%	14,1%	100,0%
	Remaja	Count	10	42	13	65
		% within Usia	15,4%	64,6%	20,0%	100,0%
Total	Count	29	105	26	160	
	% within Usia	18,1%	65,6%	16,3%	100,0%	

Jenis_Kelamin * Kategori_PWB Crosstabulation

			Kategori_PWB			
			Tinggi	Sedang	Rendah	Total
Jenis_Kelamin	Laki-laki	Count	21	61	17	99
		% within Jenis_Kelamin	21,2%	61,6%	17,2%	100,0%
	Perempuan	Count	8	44	9	61
		% within Jenis_Kelamin	13,1%	72,1%	14,8%	100,0%
Total		Count	29	105	26	160
		% within Jenis_Kelamin	18,1%	65,6%	16,3%	100,0%

Jabatan * Kategori_PWB Crosstabulation

			Kategori_PWB			
			Tinggi	Sedang	Rendah	Total
Jabatan	Pengurus	Count	17	65	19	101
		% within Jabatan	16,8%	64,4%	18,8%	100,0%
	Departemen	Count	4	11	3	18
		% within Jabatan	22,2%	61,1%	16,7%	100,0%
	Anggota	Count	8	29	4	41
		% within Jabatan	19,5%	70,7%	9,8%	100,0%
Total	Count	29	105	26	160	
	% within Jabatan	18.1%	65.6%	16.3%	100.0%	

Pendidikan * Kategori_PWB Crosstabulation

			Kategori_PWB			
			Tinggi	Sedang	Rendah	Total
Pendidikan	Pasca Sarjana	Count	4	7	0	11
		% within Pendidikan	36,4%	63,6%	0,0%	100,0%
	Sarjana	Count	20	78	23	121
		% within Pendidikan	16,5%	64,5%	19,0%	100,0%
	Sekolah Atas	Count	5	20	3	28
		% within Pendidikan	17,9%	71,4%	10,7%	100,0%
Total	Count	29	105	26	160	
	% within Pendidikan	18,1%	65,6%	16,3%	100,0%	

Status_perkawinan * Kategori_PWB Crosstabulation

			Kategori_PWB			
			Tinggi	Sedang	Rendah	Total
Status_perkawinan	Menikah	Count	6	6	1	13
		% within Status_perkawinan	46,2%	46,2%	7,7%	100,0%
	Belum Menikah	Count	23	99	25	147
		% within Status_perkawinan	15,6%	67,3%	17,0%	100,0%
	Total	Count	29	105	26	160
		% within Status_perkawinan	18,1%	65,6%	16,3%	100,0%



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/271/Lab-Psi/UMM/VII/2018

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Penanggung Jawab Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Abdul Hafidz Ahmad
NIM : 20110230311355
Semester/ Angkatan : 2011
Judul Skripsi : *Psychological Well-Being Pada Aktivis Non Governmental Organization*

Dosen Pembimbing 1) Ni'matuzzahroh, M.Si
2) Alifah Nabilah M, M.A

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Cek Plagiasi.

Hasil: Lulus / Perbaikan

Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Naskah	Batas Maksimal	Hasil
1	Pendahuluan	10%	0%
2	Tinjauan Pustaka	25%	12%
3	Metode Penelitian	35%	13%
4	Hasil dan Pembahasan	15%	8%
5	Kesimpulan dan Saran	5%	0%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 20 Juli 2018

Wakil Dekan I


Ni'matuzahroh, S.Psi., M.Si